

NO. 17
2023 SUMMER
令和5年7月発行
有限会社アイガード
季刊広報紙

あいらる

AYGUARD-SHARE

【あいらる】とは・・・大切なお客様に、私たちアイガードのことや、私たちの持っている「知ってほしい」「分かち合いたい」様々な情報を【シェア=共有する】という思いから名付けました。お客様の知りたい、あんなことやこんなことまで内容盛りだくさんの情報をお届けします。

INDEX

- 1・熱中症に注意！
6つの予防ポイント
- 2・アイガードお客様感謝祭
- 3・お困りごとは
アイガードにお任せください
- 4・編集後記

熱中症対策を呼びかけるニュースを目にしますが、具体的にどういったことに気を付けたらいいのでしょうか？**熱中症予防のポイント**を押さえて、暑い夏を乗り越えましょう！

熱中症とは体温の上昇やめまい、痙攣（けいれん）、頭痛など暑い環境で生じる健康障害の総称です。体温が上昇することで体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、産熱（身体が熱を作る働き）と放熱（身体の外に熱を逃がす働き）のバランスが崩れて**体温の調節機能が働かなくなる**ことで引き起こされます。



熱中症に注意！

6つの予防ポイント



こまめな水分補給

1日に約900mlの水分が知らないうちに呼吸や皮膚などから失われるそうです。目安としては、3食食事をするタイミング以外で、汗をかいていない場合でも1日に1,200mlの摂取です。喉が乾いたと感じたら脱水症状のサイン。喉の渇きを感じる前に、意識的に摂取しましょう。

電解質の補給も

汗をかくことで失われるナトリウム（塩分）。補給するためには電解質や水分吸収を促進する糖質が含まれた飲料がおすすめです。水やお茶だけの摂取すると体の水分濃度が薄まって、過剰な水を体の外へ出してしまい自発的脱水という状態を引き起こすことがあるため、注意が必要。

室温28℃を目安に

クーラーの効いている涼しい部屋にいる時にも体から水分が出てしまいます。室温を28℃を目安に設定し、エアコンや扇風機を使って体温の上昇を防ぎ、こまめに水分や電解質を補給しましょう。自宅が熱中症になられて救急搬送される方も多いため、油断しないようにしましょう。

暑い時は無理をしない

何よりも無理をしないことが大切です。例えば部活動を始めたばかりの学生は、部活中に異変を感じても訴えることに躊躇するかもしれませんが我慢は禁物です。ご家族に部活動を頑張る方や屋外での仕事や活動が多い方がいらっしゃる場合は、水分・電解質補給を呼びかけましょう。

涼しい服装をする

風通しのいい服装を心がけましょう。汗が空気に触れ蒸発することで熱を外に逃し、体温を下げるができます。夏場は日焼け対策のため長袖のカーディガンや羽織っている方を見かけますが、長袖は熱がこもりやすく、体温上昇に繋がり熱中症を引き起こす可能性が高くなります。

汗をかく習慣を身につける

人の体は暑熱順化といって、暑さに少しずつ慣れていく機能がありますが、気温が急に上昇し、暑さに身体が順応できず熱中症になることがあります。汗は蒸発するときに体温を下げます。日頃から運動して汗をかき体温調節に慣れておくことで、気温の上昇に順応できるようにしよう。

体が発する危険信号をしっかりと察知できるよう正しい知識を身に付け、**日頃からできる対策**を行いましょう。もし**立ちくらみやめまい、足がつる**という症状を感じた時には「大丈夫だろう」と油断せず対応を行うことが大切です。マスクを着用していると熱中症のリスクは上がります。場面に合わせてマスクの着脱を判断しましょう。

保険の見直しや、お困り事がございましたら、下記の事務所か担当者までお気軽にご連絡ください。

保険のこと お車のこと

すべてお任せください!!



相談

車検

見積り

点検

プランニング

整備

『お客様の声』を 有限会社アイガードでは保険サービスを通じてお客様にお聞かせください。最高の安心とやすらぎをご提供しています。また、お客様からいただくご意見やご要望をサービス品質向上に活かす取り組みを進めています。『お客様の声』を是非お聞かせください！



品質マネジメントシステム(ISO9001:2015)認証取得企業です

ISO9001とは

企業などが、顧客や社会などが求めている品質を備えた製品やサービスを常に届けるための仕組みについて「国際標準化機構(ISO)」が定めた、世界共通の規格で、第三者機関を通じて認証されます。その仕組みを更に良くしながら顧客の満足度の一層の向上を目指すためには、どのような組織にしたらいのか、責任分担をどうしたらよいか、どのような方法で仕事をすればよいかについて定めています。永久認証ではなく定期更新審査があります。

2020年経団連認定第2423号(令和2年7月6日)関東経済産業局長から「事業継続力強化計画」を認定されています

「事業継続力強化計画」の認定制度とは中小企業が定めた防災・減災の事前対策に関する計画を経済産業大臣が認定する制度で、計画に記載する項目の事例は以下の通りです。
・ハザードマップ等を活用した自然災害リスクの認識方法
・安否確認や避難の実施方法など、発災時の初動対応の手順
・人員確保、建物・設備の保護、資金繰り対策、情報保護に向けた具体的な事前対策



物価高の今こそ保険の見直しを!

経験豊富なコンサルタントが本格アドバイス



オンライン相談も受付中

- 自動車保険
- 生命保険
- 火災保険
- 医療保険
- 傷害保険
- など

無料相談実施中!

有限会社アイガードはSDGsに取り組んでいます

「SDGs(エスディーゼーズ)」とは「Sustainable Development Goals(持続可能な開発目標)」の総称であり、2015年9月に国連で開かれたサミットの中で世界のリーダーによって決められた、国際社会共通の目標です。2015年に新たに策定されたSDGsは、誰ひとり残さないことを目指し、先進国と途上国が丸くなって達成すべき目標で構成されています。

- 3 気候変動への取り組み
- 8 豊かさを創る
- 11 住み続けられるまちづくりを
- 17 パートナーシップを促進しよう

有限会社 アイガード

本社
〒300-0814 土浦市国分町2-27
TEL:029-826-1820 FAX:029-826-1853
牛久支店
〒300-1204 牛久市岡見町2847-1
TEL:029-828-5668 FAX:029-872-8994
営業時間:9:00~18:00 定休日:日曜日・祝日
https://www.ayguard.com



お知らせ
お客様の効率化とサービス向上のため、令和3年12月24日をもってかすみから支店を統合しました。上記の営業所にて今まで通り業務を行いますので、今後とも宜しくお願い申し上げます。

有限会社 アイガード

アイガードご契約者様に朗報です!

お客様感謝祭

昭和53年の創業以来「責任・誠意・親切」をモットーに常にお客様に安心をお届けする存在でありたいと走り続けて参りましたが、この度皆様の日頃のご愛顧に感謝を込めて、アイガードお客様感謝祭を開催いたします!!

ご応募いただいた皆様の中から抽選で豪華賞品をプレゼントさせていただきます♪
下記のQRコードよりお申込みください↓

① 豪華ランチペアお食事券10000円相当 (3組様)

例) 地元有名店の寿司懐石・フレンチ店など

② 茨城名産品3000円相当 (10名様)

例) 鉾田メロン・土浦蓮根など

③ 飲食店各種クーポン券1000円分 (40名様)

例) テレビ出演有名ラーメン店トッピング券など



応募期限
2023年8月25日(金)

写真はイメージです

※弊社ご契約者様のみご応募いただけます

※抽選結果は8月末頃にご当選されたお客様のみご連絡させていただきます

お困りごとは

有限会社 アイガードに

お任せください

わたしたちは保険だけではありません!
リフォームしたいけど安心して任せられる業者がわからない、弁護士や司法書士に知り合いがないなど。
あなたのお困りごとはアイガードにご相談ください!!
弊社の地域ネットワークを活かし、様々な専門業種の優良事業者をご紹介します!
もちろんご紹介料は無料です!

まずはお気軽にお問い合わせください。



読者

アンケート★



あいしえあをお読みいただきありがとうございます!今後の制作に役立て、発行を楽しみにしていただける広報紙になるような紙面づくりをしていきます。こんなことを取り上げてほしいなど、ご意見やご感想いただくと制作の励みになります。ドシドシお寄せください。



飯島展志



編集後記★

初めての試みとして「アイガードお客様感謝祭」を企画しました。一人でも多くのお客様に喜んでいただきたいのが是非、ご応募ください!!

